



## Material del curso de autoaprendizaje: Reducción de Plástico de un Solo Uso

### Contenido 4. Buenas prácticas para sustituir el plástico de un solo uso

Las buenas prácticas, son acciones que reflejan un comportamiento ambientalmente responsable, tanto a nivel personal, como en nuestro ámbito de trabajo o estudio.

En este último capítulo, se enfocará en las prácticas que se pueden realizar para poder disminuir el problema de los plásticos de un solo uso y su impacto.

La toma de decisión sobre el consumo, es el primer paso para trabajar la sustitución de materiales desechables.

De acuerdo con la jerarquía de Gestión Integral de Residuos sólidos, los primeros pasos para prevenir el consumo irracional y, por ende, la generación de residuos, son:

Evitar	Es rechazar por completo el consumo de un material o producto para dejar de generarlo como residuo  Ejemplo: Consumir alimentos empacados con bolsas de papel, en vez de empaque plástico sintético, rechazar las pajillas en las bebidas
Reducir	Consumir menos para Generar menos.  Un consumo moderado y responsable, que disminuya el impacto ambiental.  Ejemplo: consumir al máximo productos en presentaciones grandes, así se reduce la cantidad de residuos.





Reutilizar	Volver a usar un material o producto para alargar su vida útil.  Ejemplo: Las bolsas de las compras llevarlas nuevamente para las compras siguientes. Las artesanías como billeteras a base de tetrabrik, bolsos hechos con empaques de café, aretes a base de residuos plásticos y chapas.
------------	---

### Sustitutos de plástico de un solo uso (desechable)

Para evitar y reducir el consumo de plásticos de un solo uso, existen sustitutos en el mercado nacional para diversos productos, por ejemplo: pajillas, removedores de café, envases para batidos, cápsulas para comida, bolsas plásticas, vajilla desechable.

Para más información sobre empresas proveedoras y tipos de materiales sustitutos de plástico desechable ingresar al enlace: <http://estrategia.zonalibredeplastico.org/>

Los sustitutos de plástico de un solo uso, pueden ser fabricados de diferentes materias primas. La diferencia, es que estas son de origen vegetal y por tanto pueden ser biodegradables y compostables, lo cual, como hemos visto, genera menor impacto ambiental.

El cartón, almidones, residuos de caña de azúcar (bagazo), maíz, algodón u otras fibras naturales, pueden ser convertidos en polímeros, que brindan las mismas opciones de uso que un plástico tradicional.

#### ¿Sabía qué?

La Estrategia Nacional para la sustitución de plásticos de un solo uso, propone estimular la inversión en proyectos productivos que contribuyan con la sustitución del plástico de un solo uso por alternativas renovables y compostables.





La Estrategia Nacional de sustitución de plásticos de un solo uso, establece una clasificación que entrará a regir en Costa Rica, para que el consumidor pueda identificar si un material sustituto de plástico es de bajo impacto ambiental.

Esta clasificación se llama RCM y significa:

- R: origen renovable
- C: compostabilidad
- M: compostable bajo ambiente marino.

Recuerde que puede repasar los conceptos en el glosario.

A cada letra se le asigna un 1 (uno) si cumple con esa condición, o un 0 (cero) si no la cumple.

Con esta clasificación, se leerá en los productos sustitutos de plástico de un solo uso, de la siguiente manera:

<p><b>RCM 000</b></p> <p>No es renovable</p> <p>No es compostable</p> <p>No es compostable en ambiente marino</p>	<p><b>RCM 100</b></p> <p>Sí es renovable</p> <p>No es compostable</p> <p>No es compostable en ambiente marino</p>	<p><b>RCM 010</b></p> <p>No es renovable</p> <p>Sí es compostable</p> <p>No es compostable en ambiente marino</p>
<p><b>RCM 001</b></p> <p>No es renovable</p> <p>No es compostable</p> <p>Sí es compostable en ambiente marino</p>	<p><b>RCM 110</b></p> <p>Sí es renovable</p> <p>Sí es compostable</p> <p>No es compostable en ambiente marino</p>	<p><b>RCM 111</b></p> <p>Sí es renovable</p> <p>Sí es compostable</p> <p>Sí es compostable en ambiente marino</p>





## Ejemplos de plásticos en la clasificación RCM

- RCM 111: algodón, bagazo de trigo
- RCM 110: ácido poliláctico, yute
- RCM 000: PET (como botellas) o HDPE (como algunas bolsas y galones de sustancias de limpieza)

Fuente: (Llorca, Gutiérrez, & Shackelfor, 2016)

### ¿Sabía qué?

En Costa Rica, existe normativa para la regulación del ecoetiquetado o etiquetado ambiental. Esto es, un sello que se coloca en los productos y que indica a los consumidores sobre los criterios de protección ambiental que se incorporan en ese producto o servicio. Puede obtener más información

en: [www.digeca.go.cr](http://www.digeca.go.cr)

En caso de no tener opción de Evitar, Reducir o Reutilizar, recordar que Valorizar los residuos es también un paso importante a seguir. Para eso se debe:





Descripción de la imagen: ciclo de manejo de residuos sólidos. Inicia por la separación, continua hacia el transporte a una empresa autorizada, sigue hacia un acopio y valorización hasta convertirse en un producto nuevo.

La separación de residuos se realiza según las condiciones de la organización que los maneje, esto puede variar en cada región. Para más información sobre empresas autorizadas para el manejo de sus residuos, visite [www.ministeriodesalud.go.cr](http://www.ministeriodesalud.go.cr)

### **En el área de trabajo:**

Además de las prácticas para consumidores, las organizaciones pueden incorporar en sus procesos, la visión ecoinnovadora que permita disminuir el consumo de materiales de un solo uso tanto a lo interno como para el usuario final.

Las diferentes organizaciones que incluyen este concepto de ecoinnovación como un modelo de negocio que decide iniciar o cambiar hacia un sistema que proteja más los recursos naturales, desde la selección de materiales hasta la incorporación de tecnologías limpias y eficientes dentro de su proceso.

Estas empresas pueden ser:

- Estratégicas (cuando sus bienes o servicios ecoinnovadores, los distribuyen a otras empresas)
- Ecoalimentadoras (cuando incorporan esos bienes o servicios ecoinnovadores y se benefician de ellos en sus propios procesos productivos).

Estos modelos se enfocan en la colaboración con los socios de la cadena de valor que ofrezcan soluciones locales aptas para su negocio.

Una forma de convertirse en una empresa ecoadaptadora es mediante las compras sustentables.





Las compras sustentables, son los criterios que se utilizan para la adquisición de bienes y servicios con un menor impacto ambiental, que incorporan características sociales y un valor económico competitivo, acorde a todo su ciclo de vida.

Por ejemplo:

Eliminación o reducción de compuestos químicos de carácter tóxico o peligroso	Promoción de materias primas más amigables con el ambiente, de preferencia con certificaciones que lo demuestren	Cumplimiento de requisitos de salud laboral y social	Preferencia a empresas del mercado local
---	--	--	--

#### ¿Sabía que?

Las instituciones públicas de Costa Rica, están obligadas a cumplir con la normativa en Compras Públicas, incluyendo la **prohibición** de adquirir plásticos de un solo uso, a excepción de los que se demuestren sean confortables y provengan de fuentes renovables.

Puede obtener más información en: [www.digeca.go.cr](http://www.digeca.go.cr) o en [www.hacienda.go.cr](http://www.hacienda.go.cr)

Existen criterios científicos para poder determinar las características de un material, si es o no biodegradable o compostable.

Estos criterios se pueden utilizar para solicitar la veracidad de la información a los proveedores de estos materiales. También tienen influencia en el etiquetado del producto.

Algunas normas internacionales que se utilizan de referencia son: ASTM (Asociación Americana de Ensayo de Materiales), Norma Europea, ISO (Organización Internacional de Estándares). Estas normas, no son leyes nacionales. Se llaman normas, pues son de alcance internacional y completamente voluntarias, excepto si alguna ley o reglamento nacional las exigiera.

Recordemos que la toma de acciones, es responsabilidad de todas las personas, desde la más pequeña hasta la más grande.





**Ha llegado al final de este curso de autoaprendizaje sobre  
Reducción de Plástico de un Solo Uso**

Ahora que ya sabemos más del tema de plásticos de un solo uso, ¡nos corresponde informar a todas las personas que nos rodean!





## Referencias

Alfaro, R. (2016). *Material Didáctico Directrices para la Gestión Integral de Residuos Sólidos*. San José, Costa Rica: INA.

DIGECA. (2019). *DIGECA*. Obtenido de <http://www.digeca.go.cr/areas/politica-nacional-de-produccion-y-consumo-sostenibles>

Ley N° 8839. (13 de julio de 2010). Ley para la Gestión Integral de Residuos. La Gaceta N°. (135). (Diario La Gaceta, Ed.) San José, Costa Rica. Obtenido de [http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm\\_texto\\_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=68300&nValor3=83024&param2=1&strTipM=TC&Resultado=6&strSim=simp](http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=68300&nValor3=83024&param2=1&strTipM=TC&Resultado=6&strSim=simp)

Llorca, F., Gutiérrez, E., & Shackelfor, A. (2016). Estrategia nacional para sustituir el consumo de plásticos de un solo uso por alternativas renovables y compostables 2017-2021. San José, San José, Costa Rica.

Quesada, A. (2015). *El ABC de los plásticos*. San José, CR: Fundación MARVIVA.

Reglamento N° 41527. (22 de enero de 2019). Reglamento general para la clasificación y manejo de residuos peligrosos. (15). (Diario La Gaceta, Ed.) San José, Costa Rica. Obtenido de [http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm\\_norma.aspx?param1=NRM&nValor1=1&nValor2=88120&nValor3=114959&strTipM=FN](http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_norma.aspx?param1=NRM&nValor1=1&nValor2=88120&nValor3=114959&strTipM=FN)

Reglamento N°36093. (16 de agosto de 2010). Reglamento sobre el manejo de residuos sólidos ordinarios. (158). (Diario La Gaceta, Ed.) San José, Costa Rica. Obtenido de [http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm\\_texto\\_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=68467&nValor3=98137&strTipM=TC](http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=68467&nValor3=98137&strTipM=TC)





Reglamento N°38272. (24 de marzo de 2014). Reglamento para la declaratoria de residuos de manejo especial. (58). (Diario La Gaceta, Ed.) San José, Costa Rica. Obtenido de [http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm\\_texto\\_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=76879&nValor3=114933&strTipM=TC](http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=76879&nValor3=114933&strTipM=TC)

Vásquez, L. (25 de setiembre de 2016). Plástico desechable: un asesino silencioso. *La Nación*, pág. 2. Obtenido de <https://www.nacion.com/revista-dominical/plastico-desechable-un-asesino-silencioso/VFLRFTV5KZGXHC3QSDHTTR5H3U/story/>





## Créditos

### **Contenido:**

Karla Astorga Castro, docente Gestión Ambiental del Núcleo Tecnología de Materiales del Instituto Nacional de Aprendizaje

Gabriel Rodríguez Castillo, Viceministerio de Agua y Mares, Ministerio de Ambiente y Energía

### **Imagen y formato:**

Estefanía Martínez Marín y Mónica García Murillo, Unidad de Servicios Virtuales del Instituto Nacional de Aprendizaje

### **Se agradece a los siguientes colaboradores:**

Olga Segura Cárdenas, Unidad de Administración Servicios de Salud en Ambiente Humano, Ministerio de Salud

Magda Protti Ramírez y Olman Mora, Dirección de Gestión de Calidad Ambiental, Ministerio de Ambiente y Energía

Gloria Acuña Navarro, Jefatura del Núcleo Tecnología de Materiales, Roy Alfaro Trejos y Eduardo Ulate Alpizar, docentes del subsector Gestión Ambiental, del Instituto Nacional de Aprendizaje

